



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

Avaliação qualitativa de cardápios oferecidos
para pré-escolares de duas creches, uma
pública e outra particular, do Distrito Federal.

Aluno: Sarah Evelyn Porto Costa

Orientadora: Karina Aragão Nobre Mendonça

Brasília, 2011

Avaliação qualitativa de cardápios oferecidos para pré-escolares de duas creches, uma pública e outra particular, do Distrito Federal.

Dissertação apresentada para obtenção
do título de graduação pelo Centro
Universitário de Brasília – uniCEUB.

Orientadora: Karina Aragão Nobre
Mendonça

Introdução: uma dieta adequada na fase pré-escolar influencia na formação de hábitos alimentares saudáveis, que, nessa fase é importante, pois uma dieta que contempla todos os macro, micronutrientes e água garante a manutenção do corpo e consequentemente um bom crescimento e desenvolvimento. Com as mudanças nas estruturas familiares, a procura por creches de período integral aumentou consideravelmente. Essas creches podem ter papel protetor às crianças ou podem se tornar fator de exposição às mesmas. Levando em consideração a transição nutricional da desnutrição para a obesidade que a população brasileira está passando, a creche possui papel importante na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis na vida adulta, já que essas possuem ligação direta com distúrbios nutricionais na infância. Tendo em vista o tempo que as crianças ficam nesse local é importante que a alimentação oferecida seja adequada para poder evitar possíveis problemas futuros. O **objetivo** do trabalho é avaliar qualitativamente os cardápios oferecidos para pré-escolares de duas creches, uma pública e outra particular, do Distrito Federal. A **metodologia** baseou-se em um método desenvolvido por Veiros (2002) denominado Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC). Foram escolhidos alguns quesitos desse método e acrescentados outros. Essa pesquisa é um estudo transversal realizado no período de março e abril de 2011, em duas creches do Distrito Federal, que foram escolhidas por conveniência, com critério de ter nutricionista e uma ser pública e outra privada. Os **resultados e discussão** demonstraram que o quesito mais decisivo em todos os analisados foi o da forma de aquisição dos gêneros alimentícios. Na creche pública é por meio de doações e na creche particular por meio de aquisição própria. Esse fator foi decisivo nos quesitos dos tipos de carnes oferecidas, da variedade de frutas e hortaliças e da presença de doces. Por ter como forma de aquisição doações, a creche pública não planeja cardápios, tendo que aproveitar da melhor maneira os alimentos disponíveis. Apesar de ter como planejar compras e cardápios, a creche particular obteve maior percentual de monotonia nas refeições. **Conclusão:** Independente das dificuldades enfrentadas em cada instituição cabe ao nutricionista do local utilizar os materiais disponíveis da melhor maneira possível para oferecer uma alimentação adequada e evitar desperdícios.

Palavras-chave: Creche, alimentação saudável, AQPC, cardápio.

Abstract

Introduction: The adoption of a healthy balanced diet during pre-school age influences the formation of healthy eating habits in children, because at that period of life the adoption of a diet that contains all the macro and micro nutrients and water ensures the maintenance of the body, promoting proper growth and development. Due to the changes in family structure, the search for day care centers has grown significantly. At these institutions children can be properly cared for, but can also be exposed to health risks. Considering the current nutritional transition from malnutrition to obesity of the Brazilian population, day care center play an important role in the prevention of non-transmissible chronic diseases in adult life, since these conditions are directly related to nutritional disorders in childhood. Given the large amount of time spent by children in day care centers, it is important to ensure that they are offered a balanced diet in order to prevent future health problems. The **objective** of the present study is to perform a qualitative assessment of menus offered to pre-school children of two day care centers, one public and the other private, in Distrito Federal, Brazil. The **methodology** was based on a method developed by Veiros (2002) called Quantitative Assessment of Food Preparation (AQPC). Some items of this method were selected and some others were added. The present research is a cross-sectional study carried out in March and April 2011 in two day care centers of Distrito Federal, selected for convenience purposes, and the criteria to be met were: 1) the presence of a nutritionist and 2) one day care center should be private and the other public. The **results and discussion** showed that the most important item assessed was the way the food items were purchased. In the public day care center the food was obtained by means of donations. The private day care center, in turn, purchased the food itself. This factor had great impact on the items related to the types of meat offered, the variety of foods and vegetables and the availability of sweets. Because it depended on donations, the public day care center could not plan the menus, and attempted to make the most of the available food items. On the other hand, the private day care center, although able to plan purchases and menus, showed the highest percent of lack of variation in the menus. **Conclusion:** Regardless of the difficulties faced by each institution, the local nutritionist must make the most of the available items to provide a balanced diet and prevent waste.

Key-words: Day care center, healthy eating, AQPC, menu.

Introdução

A alimentação saudável poder ser definida por uma alimentação que contempla todos os macro, micronutrientes e água em quantidades adequadas para a manutenção correta de um organismo. Porém a alimentação não pode ser considerada apenas do ponto de vista fisiológico, ela engloba também fatores psicossociais, bem como atividades extracurriculares (atividades físicas, cursos de línguas, etc), fatores ambientais, fatores familiares, entre outros (RAMOS e STEIN, 2000).

Esses fatores interferem de forma visível na fase pré-escolar, que é compreendida pela idade de 2 a 6 anos de vida, e é quando a criança desacelera o crescimento e conseqüentemente diminui a ingestão alimentar. A introdução de inúmeras novas atividades em seu cotidiano também faz com que a alimentação fique em segundo plano, sendo assim é importante que o momento da alimentação seja agradável à criança para que todos os nutrientes necessários sejam ingeridos e assim o crescimento do indivíduo seja adequado. Além disso, é nesse momento que ocorre a formação da maioria dos hábitos alimentares. De acordo com Vitolo (2008):

“A formação de hábitos alimentares inicia-se com a bagagem genética que interfere nas preferências alimentares e que vai sofrendo diversas influências do meio ambiente: tipo do aleitamento materno nos primeiros seis meses de vida; a maneira como foram introduzidos os alimentos complementares no primeiro ano de vida; experiências positivas e negativas quanto à alimentação ao longo da infância; hábitos familiares; condição socioeconômica, entre outras.”

Segundo Barbosa, Soares e Lanzillotti (2007), uma dieta adequada na fase pré-escolar é importante para estabelecer hábitos alimentares saudáveis, contemplando assim todos os nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento da criança. E ainda, segundo Barbosa *et al.* (2005):

“Nessa faixa etária há necessidade de um maior cuidado em relação à alimentação, principalmente pelo fato de ocorrer a incorporação de novos hábitos alimentares que implica o conhecimento de novos sabores, texturas e cores, experiências sensoriais que irão influenciar diretamente o padrão alimentar a ser adotado pelo infante.”

Os distúrbios nutricionais na infância estão relacionados com o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis na vida adulta, sendo, portanto, a infância fase de extrema importância para ações de promoção de saúde (PEREIRA, LANZILLOTTI e SOARES, 2010). De acordo com a Pesquisa de Orçamento Familiar – POF (2008/2009) o peso dos brasileiros vem aumentando nos últimos anos. Em 2009, a cada três crianças entre 5 e 10 anos pesquisadas, uma

estava acima do peso recomendado pela Organização Mundial de Saúde. Já o déficit de altura, que é um importante indicador de desnutrição caiu de 29,3% em 1974/75 para 7,2% em 2008/09, segundo a mesma fonte. Esses dados caracterizam a transição nutricional. Ainda é possível concluir que o déficit de altura se encontra mais presente em famílias com menor renda.

Segundo Pereira, Lanzillotti e Soares (2010) a mudança na estrutura familiar que consequentemente culminou com a maior participação da mulher no mercado de trabalho fez com que a procura por creches, principalmente as de período integral, aumentasse. De acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional de 20 de dezembro de 1996, creches são instituições que atendem crianças de zero a seis anos e oferecem a educação infantil que é a primeira etapa da educação básica e tem como finalidade o desenvolvimento integral da criança em seus aspectos físico, psicológico, intelectual e social.

Estudos apontam a creche como fator de proteção para o crescimento infantil além de promoverem uma forma mais efetiva de intervenção coletiva em saúde (PEREIRA, LANZILLOTTI e SOARES, 2010). No estudo de Barbosa *et al.* (2006) foi demonstrado melhora do índice de satisfação com relação a alimentação saudável oferecida na creche, quando comparado no ato da matrícula do aluno e 6 meses depois deste momento. Porém, outros estudos consideram a creche como fator de exposição, Vico e Laurenti (2004) encontraram associação entre o acesso à creche e o aumento da morbimortalidade em crianças. Gurgel *et al.* (2005) observaram maior prevalência de infecções parasitárias intestinais em crianças frequentadoras de creches.

Sendo assim, como as crianças passam a maior parte do dia nesse tipo de instituição é importante proporcionar uma dieta equilibrada a fim de que se possa evitar futuras complicação de saúde e formação de maus hábitos alimentares.



Objetivos geral e específicos

Objetivo geral

Avaliar qualitativamente os cardápios oferecidos para pré-escolares de duas creches, uma pública e outra particular, do Distrito Federal.

Objetivos específicos

Analisar qualitativamente de acordo com as características sensoriais e a presença de doces e doces a base de frutas/vegetais e comparar os cardápios oferecidos para duas creches, sendo uma pública e outra privada;

Avaliar qualitativamente qual o grupo de macronutrientes foi mais oferecido para as crianças;

Diagnosticar quais as técnicas de cocção foram empregadas aos tipos de alimentos disponibilizados;

Observar o tipo de aquisição dos alimentos em cada instituição e sua influência na diversidade de preparações contidas nos cardápios.

Justificativa

O país encontra-se em uma situação de transição nutricional caracterizada pela passagem da desnutrição para a obesidade em crianças. De acordo com Fagioli e Nasser (2006):

“Atualmente, vivemos uma situação conhecida como transição nutricional, que é caracterizada pela inversão da distribuição dos problemas nutricionais da população, sendo geralmente uma passagem da desnutrição para a obesidade. Nos países em desenvolvimento, devido à industrialização e à urbanização houve uma mudança no padrão alimentar das famílias. A população passou a consumir gorduras, açúcares, doces e bebidas açucaradas em excesso, diminuindo a ingestão de cereais integrais e os outros tipos alimentos, como verduras, frutas e legumes.”

Alguns estudos (TUMA, COSTA e SCHMITZ, 2005; ABRANCHES *et al.*, 2009) mostram que a alimentação oferecida em creches apesar de terem um balanço nutricional razoável, apresentam algumas irregularidades como excesso de alimentos de fonte protéica, monotonia nas refeições, entre outros. Os hábitos alimentares adquiridos na fase dos 2 aos 6 anos definem como esse indivíduo se comportará quanto a alimentação ao longo de sua vida. Como crianças pré-escolares passam boa parte do seu tempo no espaço físico da creche, algumas refeições são servidas no local e nem sempre são montadas com ajuda de um profissional capacitado. Essas refeições, se mal elaboradas e desequilibradas, podem gerar danos a saúde do indivíduo e a formação de maus hábitos alimentares. Segundo Fagioli e Nasser (2006):

“A nutrição é um dos principais determinantes da saúde e do bem estar do ser humano e tem especial importância nos primeiros anos de vida, devido ao rápido crescimento corporal, que impõe grandes necessidades nutricionais, e à formação dos principais hábitos alimentares que se desenvolvem no período pré-escolar e são carregados durante toda a vida.”

Essa pesquisa trará mais informações sobre a qualidade da alimentação servida em creches pública e privada e poderá nortear projetos de incentivo e conscientização dos responsáveis por esses estabelecimentos para que possam passar a servir conscientemente as refeições às crianças e consequentemente melhorar hábitos adquiridos nesses locais, prevenindo danos futuros a saúde dos indivíduos.

Materiais e métodos

Trata-se de uma pesquisa transversal, observacional, aplicada em duas creches do Distrito Federal, realizada no período de março e abril de 2011.

Foram avaliados cardápios de 10 dias com três refeições (desjejum, colação e almoço) por creche. Foram escolhidas por conveniência uma creche pública (creche A) e uma creche particular (creche B), ambas com nutricionista. Os cardápios foram analisados qualitativamente usando parte do método elaborado por Veiros (2002) denominado Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC). Esse método auxilia na avaliação global do cardápio considerando as preparações que o compõem de acordo com os seguintes critérios:

- 1) técnicas de cocção empregadas nas preparações:
 - a. calor úmido: água em ebulição, cocção a vapor propriamente dito, cocção a vapor sob pressão;
 - b. calor seco: grelhado, assado, imersão em fritura, microondas;
- 2) presença de frituras;
- 3) presença de carnes com alto teor de gordura (bovina, suína);
- 4) cor das preparações e dos alimentos empregados nas refeições;
- 5) presença de frutas e hortaliças.

Além disso, também foi incluído na avaliação:

- 1) forma como os alimentos são adquiridos pelas creches (doação ou aquisição própria);
- 2) presença de doces (doces de frutas/legumes ou outros) nos cardápios;
- 3) textura dos alimentos combinados (seco ou úmido);
- 4) grupo alimentar mais oferecido as crianças (carboidratos, proteínas e lipídeos).

Foram adotadas as carnes bovinas ou suínas como gordurosas, pois calculando a média aritmética dos valores de lipídeos fornecidos para todas as preparações dessas duas opções na Tabela de Composição dos Alimentos (LIMA, 2006) o valor encontrado foi de 14,3 g a cada 100g da carne, enquanto para as preparações com carne de aves ou peixe, seguindo o mesmo critério da média aritmética, o valor encontrado foi de 9,93g de lipídeos.



Depois de coletados, os dados dos cardápios foram analisados por grupo de critério e os resultados colocados em gráficos.

Resultados

A título de facilitar a descrição e análise dos resultados, as creches foram classificadas em A (pública) e B (privada).

1) Técnicas de cocção

A figura 1 mostra as técnicas de cocção empregada nas preparações das creches. Na creche A, 50% (22 preparações) das técnicas empregadas na preparação das refeições foram a de calor úmido, 17,8% (8 preparações) de calor seco, 32% (14 preparações) de alimentos sem cocção (alimentos crus e industrializados), ainda foi levado em consideração especificamente as frituras que obtiveram o valor de 1,19% (1 preparação) das preparações. Na creche B, 28,25% (33 preparações) foram de calor úmido, 19,5% (23 preparações) de calor seco, 52,25% (61 preparações) de alimentos sem cocção. Com relação a frituras o número foi de 3,3% das preparações.

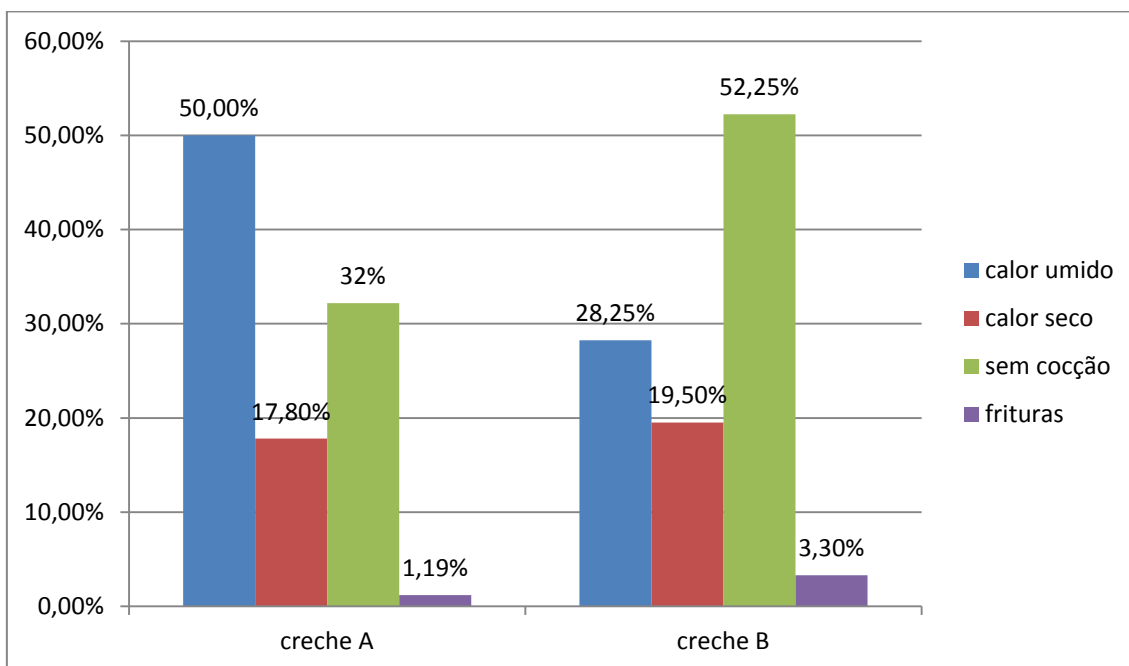


FIGURA 1: Percentual das técnicas de cocção empregadas nas preparações das creches

2) Carnes gordurosas

A figura 2 trata do aparecimento de carnes gordurosas na alimentação das crianças. Na creche A, 50% (5 almoços) foram de carnes bovina ou suína, consideradas carnes gordas e 50% (5 almoços) de carnes de ave e peixes, não

sendo servidos ovos. Na creche B, 60% (6 almoços) foram de carnes bovina ou suína, 30% (3 almoços) de carnes de ave e peixes e 10% (1 almoço) de ovos.

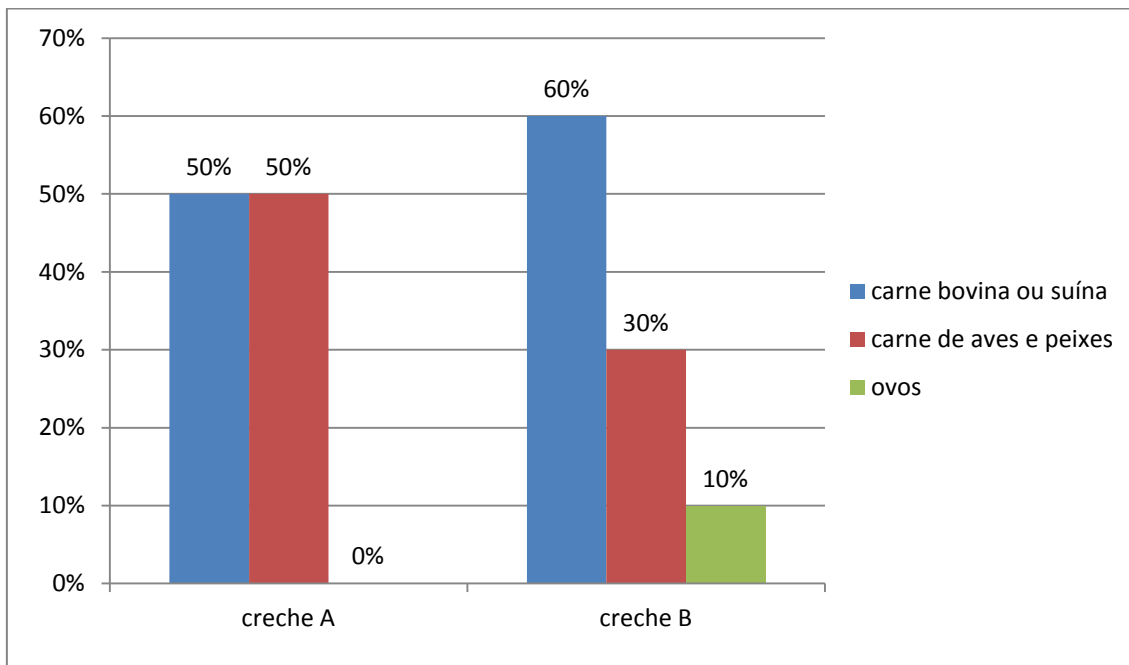


FIGURA 2: Percentual de aparecimento de carnes gordurosas no almoço das creches

3) Frutas e hortaliças

A figura 3 mostra a presença de frutas e hortaliças. O resultado foi de 100% (10 de 10 dias analisados) de aparecimento nas creches A e B.

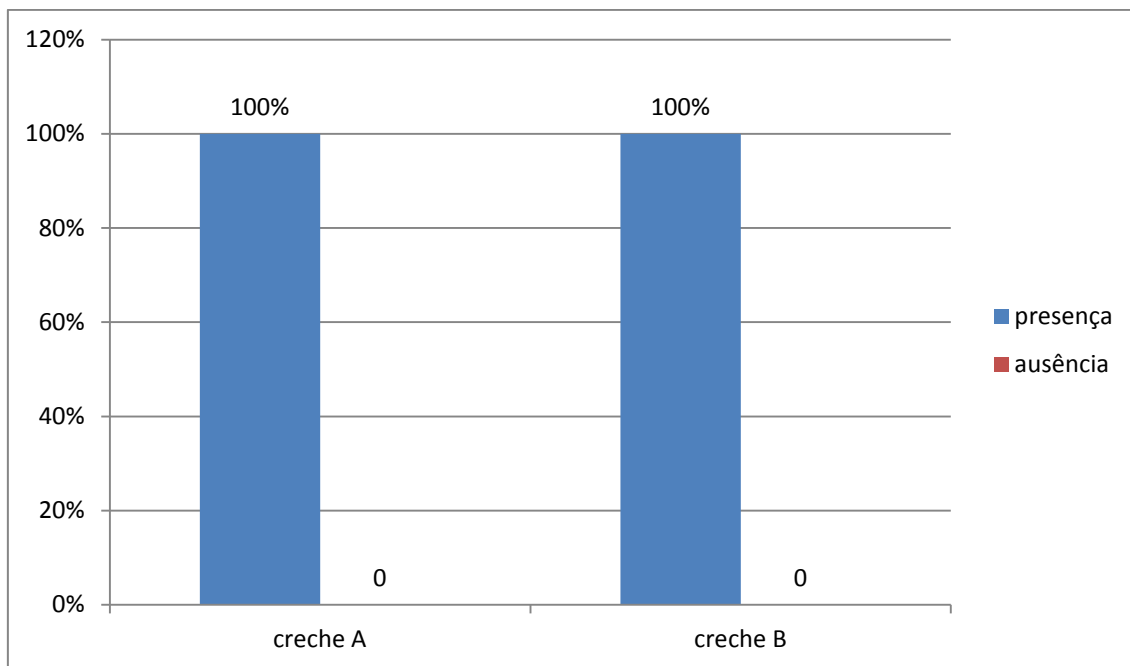


FIGURA 3: Percentual de aparecimento de frutas e hortaliças por dia das creches

4) Cor das refeições

A figura 4 mostra a adequação das cores das refeições. Na creche A, 86,6 % (26 refeições) das refeições eram coloridas e 13,3% (4 refeições) eram monótonas. Na creche B, 76,7% (23 refeições) eram coloridas e 23,3% (7 refeições) monótonas.

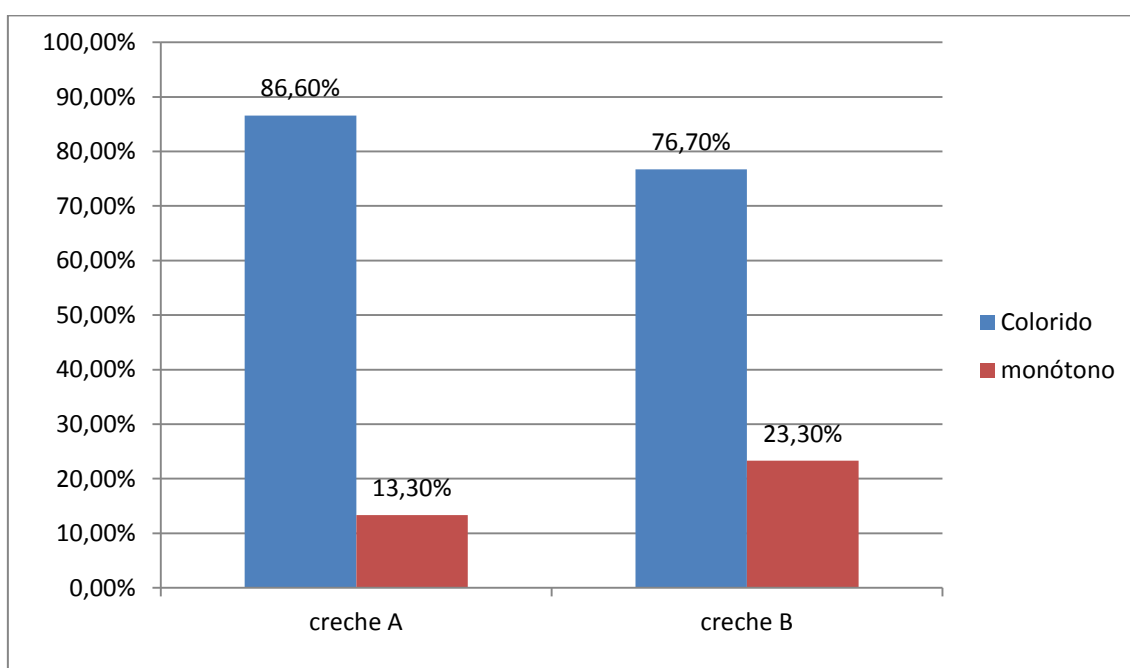


FIGURA 4: Percentual da aparência dos cardápios em relação a cor das refeições das creches

5) Doces

A figura 5 mostra o percentual de doces oferecidos as crianças. Na creche A, 20% (2 doces) eram doces de frutas ou vegetais e 90% (12 doces) se encaixavam na categoria de outros (arroz doce, doce de leite). O percentual não fecha 100% pois em alguns dias as duas categorias de doces eram servidas as crianças. Os doces foram servidos em 9 dos 10 dias analisados nessa creche. Na creche B, 100% eram de doces de frutas ou vegetais e 0% de outros, porem a presença de doces foi observada em apenas 1 dia dos 10 analisados.

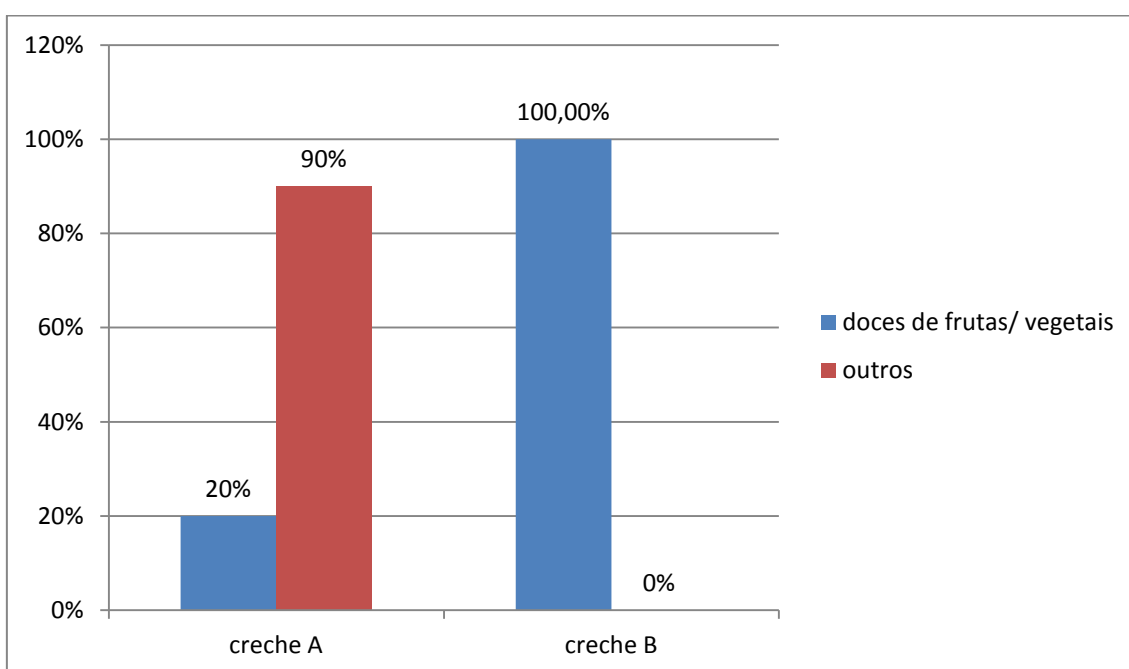


FIGURA 5: Percentual de aparecimento de doces por dia das creches

6) Textura

A figura 6 mostra a adequação da combinação de texturas nas refeições. Na creche A, 93,33% (29 refeições) das refeições estavam adequadas e 6,66% inadequadas (1 refeições). Na creche B, 100% (30 refeições) das refeições estavam adequadas.

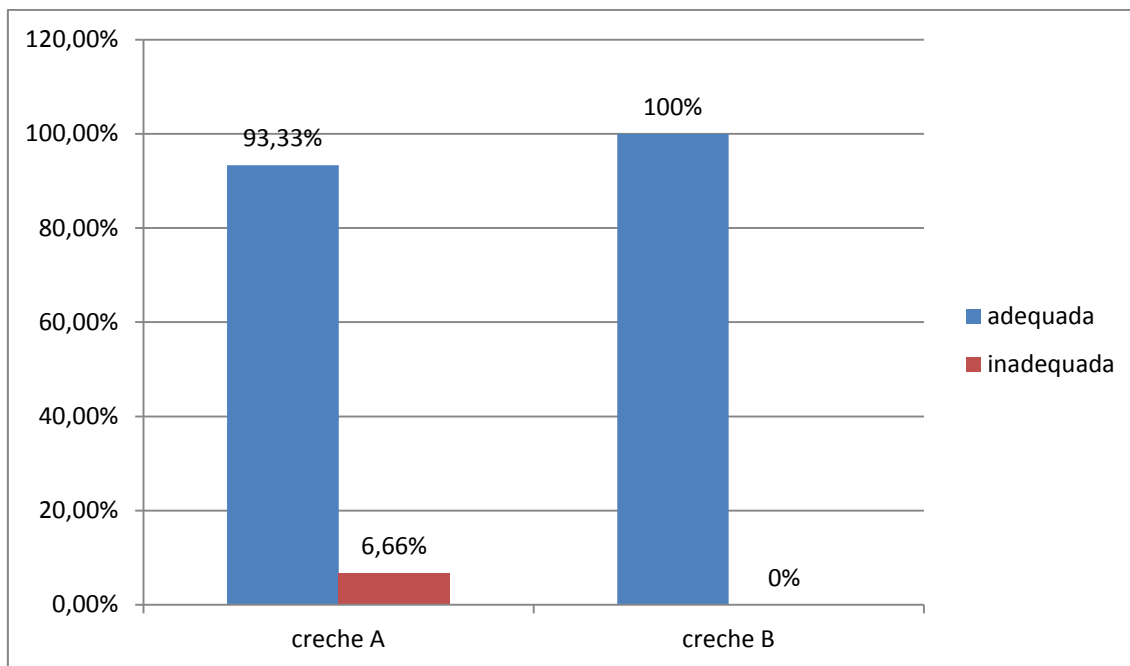


FIGURA 6: Percentual em relação a textura das refeições das creches

7) Grupo alimentar mais oferecido

Os grupos alimentares mais oferecidos foram calculados de acordo com a divisão de macronutrientes (carboidrato, proteína ou lipídeo) mais presente na preparação. Na creche A, 62,9% (77 preparações) das preparações eram predominantemente fonte de carboidrato, 31,4% de proteína (38 preparações) e 5,7% de lipídeos (7 preparações). Na creche B, 78% (96 preparações) de carboidratos, 19,5% de proteínas (24 preparações) e 2,5% de lipídeos (3 preparações).

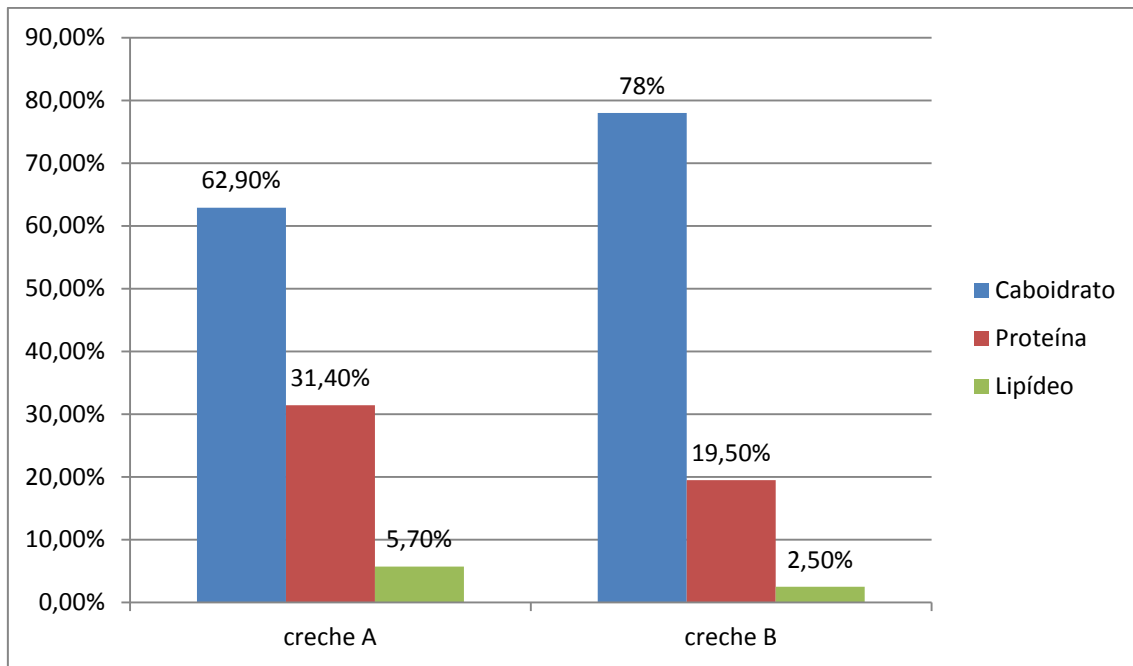


FIGURA 7: Percentual em relação aos grupos alimentares oferecidos pelas creches

Discussão

Para analisar o que é servido para crianças com renda mais baixa e crianças com renda maior foram estudadas uma creche pública (A) e outra particular (B).

As diferenças entre as duas creches analisadas são muitas, vão desde a variedade dos alimentos servidos as crianças até a forma de adquiri-los. Na creche A essa forma é por meio de doações, dificultando o trabalho das nutricionistas para elaboração de um cardápio balanceado uma vez que deve-se utilizar os alimentos que estão disponíveis, muitas vezes não sendo possível a combinação mais adequada. Na creche B essa forma se dá por meio de aquisição própria, o que facilita o trabalho do nutricionista, já que se pode fazer previsões de compras no momento da elaboração de cardápios.

A avaliação do que é servido em uma creche não retrata com fidelidade a alimentação das crianças, pois normalmente uma criança não faz todas as refeições do dia no mesmo local, além de poder rejeitar algum alimento servido. Nas creches A e B avaliadas as crianças fazem 3 e 4 refeições no estabelecimento, respectivamente.

Nas técnicas de cocção analisadas nos dois estabelecimentos (figura 1) encontrou-se a creche A servindo alimentos na sua grande maioria feitos em calor úmido e na creche B alimentos servidos sem cocção, como uso de alimentos *in natura* e industrializados. Isso demonstra que na segunda creche são servidos grande número de preparações envolvendo frutas e hortaliças. Essa disponibilidade de frutas influencia em outro quesito que será discutido mais a frente, o da cor das preparações.

Além disso, dentro da técnica de cocção denominada calor seco pode-se avaliar a presença de frituras, que em ambos os estabelecimentos é mínima. Mesmo com o percentual baixo de frituras (creche A: 1,19%, creche B: 3,3%), as mesmas, quando foram oferecidas, vieram acompanhadas de preparações também ricas em gordura, nos dois casos o estrogonofe de frango.

De acordo com Ornellas (2001) os objetivos de preparar os alimentos na cozinha são: permitir o aproveitamento de alimentos que não poderiam ser consumidos em seu estado natural; tornar os alimentos de mais fácil digestão, acessíveis também a aparelhos digestivos imaturos como o das crianças; melhorar o sabor dos alimentos e; favorecer o aspecto dando melhor apresentação ao alimento.

Dentro do preparo dos alimentos estão incluídas as técnicas de pré-preparo e a técnicas de preparo onde estão também as formas de cocção.

Com relação às carnes oferecidas às crianças, na creche A o valor do percentual de carnes gorduras e de carnes magras são iguais, demonstrando equilíbrio. Já na creche B é oferecido em maior quantidade as carnes bovina ou suína, porém utilizando técnicas de cocção com pouco gordura (grelhadas, assadas ou cozidas), além da presença de carnes magras como a de frango. Também foram oferecidas preparações com ovos e hortaliças e ainda preparação com carne de peixe.

Na creche A, as carnes gordurosas também são feitas utilizando pouca ou nenhuma quantidade de gordura, como acontece na outra instituição. Em relação a esse quesito, notou-se que a alimentação servida às crianças tende ao equilíbrio. A diferença entre as duas creches pode-se dar devido ao valor das carnes, como a creche B possui maior poder aquisitivo pode-se oferecer maior quantidade de carnes bovina ou suína as crianças. Ainda é possível observar que na creche A não foi constatada a presença de ovos e carne de peixes, enquanto na creche B esses dois itens apareceram. No estudo realizado por Tuma, *et al.* (2003) aonde foi avaliado cardápio de uma creche pública por 11 dias, também foi observado a ausência de peixes e ovos, os autores associaram esse fato a limitações decorrentes dos tipos de produtos oriundos das doações e da restrição de recursos financeiros para gastos com alimentação.

As frutas e hortaliças foram oferecidas todos os dias em ambos os locais. Na creche A, a maioria das frutas eram oferecidas no lanche da manhã como única opção, aumentando a chance de consumo da criança já que não existia outra opção de lanche. Já na creche B as frutas eram oferecidas em dois horários, no café da manhã e no lanche da manhã, nas duas refeições havia outras opções como pães, bolos, biscoitos, entre outros, diminuindo a chance da criança escolher a fruta.

Com relação à variedade, na creche A percebeu-se a repetição das frutas e das hortaliças, pois como já foi citado o que é oferecido depende das doações recebidas. Na creche B a variedade é maior já que existe a possibilidade de fazer previsões de compras para evitar repetições. De acordo com o Guia Alimentar do Ministério da Saúde, as crianças das duas creches possivelmente ingeriram quantidades adequadas de frutas e hortaliças (três porções de cada por dia), pois

das refeições analisadas nos estabelecimentos, pelo menos em duas esses itens estavam presentes.

Com relação à cor das refeições, em sua grande maioria foram coloridas, porém mesmo tendo a facilidade de planejar compras, formular e seguir um cardápio a creche B obteve maior percentual de monotonia. Isso demonstra uma falta de planejamento do cardápio. Em vários dias, as refeições, principalmente as refeições, se encontravam com a cor predominantemente amarelada ou alaranjada ou branca. A monotonia demonstra desequilíbrio nos nutrientes oferecidos as crianças. Na creche A, uma pequena parcela das refeições se encontravam monótonas podendo ser explicada possivelmente pela falta de opção e planejamento prévio devido a maioria dos alimentos virem de doações. Os resultados encontrados na presente pesquisa se mostram contrários aos encontrados na pesquisa de Tuma, Costa e Schmitz (2005) que demonstrava grande monotonia nos cardápios de creches do Distrito Federal.

Os doces foram mais presentes na creche A, tendo sido oferecidos em 09 dos 10 dias avaliados. Já na creche B foi oferecido em um dia dos 10 avaliados. Na creche A os doces oferecidos foram produzidos na sua maioria com mantimentos que estavam em grande quantidade na despensa para evitar desperdício. Por isso pode-se observar nos cardápios a presença de doces de cenoura e de arroz doce. Apesar do doce de cenoura ter em sua composição uma hortaliça o mesmo também é bastante rico em açúcar já que este é o ingrediente mais utilizado. Segundo Filho, Carvalho e Martins (2010), doces são alimentos cariogênicos. Na sua grande maioria possuem calorias vazias podendo atrapalhar a ingestão de alimentos com melhor composição nutricional, causando desarmonia na alimentação.

Outro fator preocupante na creche A é a presença constante de achocolatado. Esse fato acontece provavelmente pela doação excessiva desse item e por ser um alimento cuja preferência das crianças é grande. No estudo feito por Tuma, Costa e Schmitz (2005) a presença de achocolatado também foi constante na alimentação oferecida por creches.

A textura dos alimentos é de extrema importância, pois um cardápio mal planejado e sem harmonia que segundo Ornellas (2001) é dada pela falta de combinação de cores, consistências e sabores, podem diminuir a aceitação principalmente quando o público-alvo é de crianças. Em ambos os estabelecimentos o percentual de adequação foi alto, tendo tido apenas um dia de inadequação na

creche A. As refeições oferecidas nas creches respeitavam, em sua grande maioria, a combinação de alimentos secos e úmidos.

Pode-se observar que o grupo de alimentos mais oferecido nas duas creches é o dos carboidratos (figura 7). O resultado encontrado está dentro do esperado, pois todos os dias eram oferecidas porções de arroz, vegetais como batata, cenoura, que tem como maior parte de sua composição o carboidrato. Com relação às proteínas a creche A obteve um percentual alto (31,4%) quando comparada com a creche B (19,5%), isso pode ser explicado pela constante presença de preparações envolvendo leite como, por exemplo, o leite com achocolatado na primeira creche, além das preparações essencialmente protéicas servidas no almoço das duas instituições.

Conhecendo as relações entre a influência da alimentação das crianças nos desdobramentos na adolescência e nas doenças da vida adulta, a presente pesquisa optou por analisar a alimentação servida nessa fase crítica da vida de um indivíduo.

Pode-se comparar o resultado encontrado no presente estudo com o que foi realizado por Santos e Santana (2005) no Município de Feira de Santana, Bahia. Como foi discutido ao longo do estudo, o fator que mais interferiu na qualidade da alimentação oferecida nas instituições foi o dos recursos financeiros, assim como foi encontrado no artigo supracitado.

A monotonia observada nos dois cardápios é o maior problema das duas creches mesmo tendo causas diferentes. Esse problema interfere diretamente na qualidade das refeições servidas nas instituições podendo causar desequilíbrio de nutrientes oferecidos e consequentemente interferências no bom desenvolvimento das crianças.

Conclusão

A creche pode ser um local para incentivo a práticas alimentares saudáveis. Tendo em vista o tempo que as crianças passam nesses locais, a alimentação oferecida influencia de forma direta na formação de hábitos alimentares adequados.

No presente estudo pode-se perceber que apesar das dificuldades de ter alimentos provenientes de doações, a creche A possuía uma alimentação considerada saudável. Em relação à creche B, mesmo podendo planejar compras e cardápios, foi constatada falta de harmonia em relação a cor das preparações, causando monotonia. É importante que, independente das dificuldades encontradas, o nutricionista do local ultrapasse as barreiras encontradas em cada instituição, e, que de maneira criativa utilize os alimentos disponíveis de modo a oferecer uma alimentação adequada e evitar desperdícios.

É importante também que o profissional nutricionista de cada instituição faça avaliações qualitativas periódicas dos cardápios para evitar desequilíbrios nutricionais.

Referências

ABRANCHES, Monise Viana et al. Avaliação da adequação alimentar de creches pública e privada no contexto do programa nacional de alimentação escolar. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.**, São Paulo, v. 34, n. 2, p.43-57, ago. 2009. Disponível em: <<http://files.bvs.br/upload/S/1519-8928/2009/v34n2/a43-57.pdf>>. Acesso em: 01 maio 2011.

BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio; SOARES, Eliane Abreu; LANZILLOTTI, Haydée Serrão. Avaliação da ingestão de nutrientes de crianças de uma creche filantrópica: aplicação do Consumo Dietético de Referência. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 07, n. 02, p.159-166, jun. 2007. Disponível em: <http://www.dietpro.com.br/v3/components/com_artigo/upload/ba38d906735016f17d2e4d07d4695799.pdf>. Acesso em: 09 mar. 2011.

BARBOSA, Roseane M. S. et al. Avaliação do consumo alimentar de crianças pertencentes a uma creche filantrópica na Ilha de Paquetá, Rio de Janeiro, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 06, n. 01, p.127-134, mar. 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-38292006000100015>. Acesso em: 12 abr. 2011.

BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio et al. Consumo alimentar de crianças com base na pirâmide alimentar brasileira infantil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 18, n. 05, p.633-641, out. 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732005000500006>. Acesso em: 12 abr. 2011.

BRASIL. Lei 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília, 1996. Disponível em <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/L9394.htm>

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção À Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

FAGIOLI, Daniela; NASSER, Leila Adnan. **Educação nutricional na infância e na adolescência: planejamento, intervenção, avaliação e dinâmicas**. São Paulo: RCN, 2006. 244 p.

FILHO, Manoel Dias de Souza; CARVALHO, Gustavo Diego de Farias; MARTINS, Maria do Carmo de Carvalho e. Consumo de alimentos ricos em açúcar e cárie

dentária em pré-escolares. **Arquivos em Odontologia**, Belo Horizonte, v. 46, n. 03, p.152-159, set. 2010.

GURGEL, Ricardo Queiroz et al. Creche: ambiente expositor ou protetor nas infestações por parasitas intestinais em Aracaju, SE. **Revista da Sociedade Brasileira de Medicina Tropical**, Uberaba, v. 38, n. 03, p.267-269, jun. 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0037-86822005000300014>. Acesso em: 22 abr. 2011.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (Brasil). Comunicação Social. **POF 2008-2009: desnutrição cai e peso das crianças brasileiras ultrapassa padrão internacional**. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1699&id_pagina=1>. Acesso em: 27 ago. 2010.

LIMA, Dag Mendonça et al. **Tabela brasileira de composição de alimentos**. 2. ed. Campinas: Fórmula, 2006. Disponível em: <http://www.unicamp.br/nepa/taco/contar/taco_versao2.pdf>. Acesso em: 15 maio 2011.

ORNELLAS, Lieselotte Hoeschl. **TÉCNICA DIETÉTICA: SELEÇÃO E PREPARO DE ALIMENTOS**. 7. ed. São Paulo: Atheneu, 2001.

PEREIRA, Alessandra da Silva; LANZILLOTTI, Haydée Serrão; SOARES, Eliane de Abreu. Frequência à creche e estado nutricional de pré-escolares: uma revisão sistemática. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 28, n. 04, p.366-372, dez. 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpp/v28n4/a13v28n4.pdf>>. Acesso em: 23 abr. 2011.

RAMOS, Maurem; STEIN, Lilian M.. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, dez. 2000. p. S229-S237. Disponível em: <<http://www.fag.edu.br/professores/fabiana/Est%20E1gio%20ESCOLA/Desenvolvimento%20do%20comportamneto%20alimentar%20infantil.pdf>>. Acesso em: 25 mar. 2011.

SANTOS, Mabel de Brito; SANTANA, Judith Sena da Silva. Critérios utilizados na alimentação da criança na creche comunitária: um problema de informação?. **Revista Baiana de Saúde Pública**, Salvador, v. 29, n. 01, p.160-174, dez. 2005.

TUMA, Rahilda Brito et al. Impacto da farinha de mandioca fortificada com ferro aminoácido quelato no nível de hemoglobina de pré-escolares. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 16, n. 01, p.29-39, mar. 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732003000100004&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 09 mar. 2011.

TUMA, Rahilda Conceição Ferreira Brito; COSTA, Teresa Helena Macedo da; SCHMITZ, Bethsáida de Abreu Soares. Avaliação antropométrica e dietética de pré-escolares em três creches de Brasília, Distrito Federal. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 05, n. 04, p.419-428, dez. 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-38292005000400005>. Acesso em: 09 mar. 2011.

VICO, Eneida S Ramos; LAURENTI, Ruy. Mortalidade de crianças usuárias de creches no Município de São Paulo. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, n. , p.38-44, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v38n1/18450.pdf>>. Acesso em: 24 maio 2011.

VEIROS, Marcela Boro; PROENÇA, Rossana Pacheco da Costa. Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição: Método AQPC. **Nutrição em Pauta**, São Paulo, n. , p.36-42, out. 2003. Disponível em: <<http://www.nuppre.ufsc.br/wp-content/uploads/2/PROEN%C3%87A-e-VEIROS-2003-Nutri%C3%A7%C3%A3o-em-Pauta-AQPC1.pdf>>. Acesso em: 09 mar. 2011.

VITOLO, Márcia Regina. **NUTRIÇÃO: DA GESTAÇÃO AO ENVELHECIMENTO**. Rio de Janeiro: Rubio, 2008. 648 p.

1ª semana

<i>Refeição</i>	<i>Segunda feira</i>	<i>Terça feira</i>	<i>Quarta feira</i>	<i>Quinta feira</i>	<i>Sexta feira</i>
Desjejum	Pão com manteiga Leite com achocolatado	Pão com manteiga Leite com achocolatado	Vitamina de banana Pedaços de pão	Pão com manteiga Leite com achocolatado	Pão Leite com achocolatado
Colação	Frutas (laranja e melancia)	Frutas (melancia, laranja, pêra, mamão)	Frutas (melancia, laranja, pêra, mamão)	Fruta (mamão)	Fruta (laranja)
Almoço	Salada cozida (chuchu, cenoura, batata e soja) Arroz com lingüiça Feijão Doce de cenoura	Salada cozida (cenoura, batata, soja e ovos) Carne cozida com mandioca Arroz branco Feijão com abóbora Doce de leite	Salada (alface e tomate) Frango assado Farofa Arroz branco Feijão	Salada crua (repolho branco, tomate e uva) Estrogonofe de frango Batata palha Arroz branco Feijão Doce de leite	Salada (alface, tomate, batata, repolho branco e cenoura) Frango ao molho Pirão de frango Arroz com cenoura Farofa Feijão Doce de cenoura

2ª semana

<i>Refeição</i>	<i>Segunda feira</i>	<i>Terça feira</i>	<i>Quarta feira</i>	<i>Quinta feira</i>	<i>Sexta feira</i>
Desjejum	Pão com manteiga Leite com achocolatado	Pão com queijo Leite com café	Vitamina de banana Torrada com manteiga	Pão com queijo Leite com achocolatado	Pão com mortadela Leite com café
Colação	Fruta (laranja)	Fruta (laranja)	Suco de maracujá com leite	Frutas (melancia, laranja)	Mingau de farinha láctea
Almoço	Salada crua (cenoura, repolho branco, alface) Carne moída com batata Arroz branco Feijão Arroz doce	Salada crua (alface e tomate) Frango ao molho com cenoura Arroz branco Soja com feijão Doce de leite	Salada cozida (soja, batata, chuchu e cenoura) Polenta com carne moída Arroz branco Feijão Gelatina	Salada crua (cenoura e tomate) Estrogonofe de frango Batata cozida Arroz branco Feijão Arroz doce	Salada mista (batata, chuchu, cenoura, tomate e soja) Quibe assado Arroz branco Feijão Doce de leite

1ª semana

<i>Refeição</i>	<i>Segunda feira</i>	<i>Terça feira</i>	<i>Quarta feira</i>	<i>Quinta feira</i>	<i>Sexta feira</i>
Desjejum	Pão de forma com margarina e presunto Goiaba Suco de manga	Pão pizza Abacaxi Suco de laranja com morango	Tapioca Laranja Suco de melancia	Bolo de maracujá Pêra Suco de goiaba	Pão recheado com queijo e presunto Melancia Suco de melão
Colação	Bolacha de queijo Melão Suco de caju	Milho cozido Manga Suco de goiaba	Biscoitos nutritivo Mamão Suco de acerola	Gelatina com pedaços de maçã Banana Suco de laranja	Mangulão Maçã Suco de abacaxi
Almoço	Salada crua (acelga, pepino e tomate) Arroz Feijão carioca Carne moída com vagem Purê de abóbora Suco de uva	Salada crua (alface, tomate e milho) Arroz carreteiro Feijão carioca com batata baroa Brócolis refogado Suco de pêssego	Salada crua (agrião, couve flor com azeitona) Arroz Feijão preto com espinafre Estrogonofe de frango Batata palha Suco de mamão	Salada crua (repolho e cenoura ralada) Arroz Feijão carioca Isca de carne ao molho Abóbora refogada Suco de maracujá limão e couve	Salada crua (acelga, milho e tomate) Arroz Lentilha Bife grelhado Batata doce refogada Suco de maracujá

2ª semana

<i>Refeição</i>	<i>Segunda feira</i>	<i>Terça feira</i>	<i>Quarta feira</i>	<i>Quinta feira</i>	<i>Sexta feira</i>
Desjejum	Bolo de mandioca Pêra Suco de acerola	Bisnaguinha com margarina Maçã Suco de graviola	Bolo de chocolate com maçã Mamão Suco de pêssego	Bisnaguinha com geléia de fruta Uva Suco de goiaba	Tapioca Melancia Suco de laranja com mamão
Colação	Bolacha de aveia Laranja Suco de goiaba	Pipoca Goiaba Suco de mamão	Esfirra de frango com legumes Pêra Suco de uva	Salada de fruta com cereal Suco de acerola	Pão de forma com recheio de frango ao molho, alface e tomate Abacaxi Suco de caju
Almoço	Salada crua (agrião, pepino e tomate) Arroz Feijão fradinho Isca de carne grelhada com legumes Mandioca cozida Suco de limão com couve	Salada crua (acelga e tomate) Arroz Feijão carioca Carne moída com abobrinha Creme de milho Suco de caju	Salada crua (agrião e milho) Galinhada Feijão carioca Cenoura e brócolis refogados Suco de laranja	Salada crua (alface, tomate e acelga) Arroz Feijão preto com chuchu Almôndega de pescada Purê de batata Suco de maracujá	Salada crua (acelga e tomate) Arroz Feijão carioca Omelete de vagem e cheiro verde Cenoura refogada Suco de abacaxi